ஸ்ரீ தந்வந்த்ராயே நம:

வைத்திய சந்திரிகா

தமிழ்நாடு ஆயுர்வேத மஹாமண்டல மாதப் பத்திரிகை

பரிதாபி
வைகாசி

JUNE
1972

தொகுதி 34
பகுதி 6

Vol. 34
No 6

ஆசிரியர் & பிரசுரகர்த்தா

வைத்ய T. S. ஈச்வரன், L. I M

வருஷச் சந்தா
ரூ. 5/-

தற்காலத்தின் அறிகுறிகள்	...	105
ஆஸவ கல்பம்	...	107
கஞ்சி வகைகள்	...	109
ஆரோக்ய கல்பத்துருமம்	...	115

Annual
Subscription
Rs. 5/-

காரியாலயம் : 27, சின்னக்கடைத் தெரு, தெப்பக்குளம், திருச்சி.

வைத்யரத்னம் P. S. வாரியருடைய

ஆர்ய வைத்தியசாலா

கோட்டக்கல். (கேரள ராஜ்யம்)

THE ARYA VAIDYA SALA KOTTAKAL

Registered Trade Mark

தலைமை ஆபீஸ் போன் : கோட்டக்கல் எக்ஸ்சேஞ்ஜ்
ஆபீஸ் - அட்மினிஸ்டிரேடர் - மானேஜர் தொடர்புடன் போன் நெ. 31

நர்ஸிங்ஹோம்		போன் நெ. 44
தலைமை வைத்யர்		போன் நெ. 25
மானேஜிங் டிரஸ்டி	(வீடு)	போன் நெ. 27
	(ஆபீஸ்)	போன் நெ 61
மானேஜர்	(வீடு)	போன் நெ. 26

சென்னை கிளை :-

No. 1, கிருஷ்ணமாசாரி ரோடு,
நுங்கம்பாக்கம், சென்னை 34. போன் எண் 811276

மற்ற கிளைகள் :

1. கோழிக்கோடு (போன் 2155)
2. பாலக்காடு (போன் 104)
3. பாலக்காடு ஸேல்ஸ் டிபோ (போன் 584)
4. ஆல்வாய்
5. ஈரோடு (போன் 172)
6. திரூர் (போன் 81)
7. எர்ணாகுளம் (போன் 33026)
8. திருவனந்தபுரம் (போன் 3924)

மேலும் நூற்றுக்கு மேற்பட்ட அதிகாரம் பெற்ற ஏஜண்டுகளும், டெபோக்களும்

சுத்தமானதும், உயர்தரமானதுமான ஆயுர்வேத மருந்துகளும், உயர்ந்த வைத்ய ஆலோசனைகளும் எமது தலைமை ஆபீஸிலும், கிளைகளிலும் கிடைக்கும். எமது தலைமை வைத்யரால் கடிதமூலமாக வைத்ய ஆலோசனைகள் அளிக்கப்படும். நவரைக்கிழி, பிழிச்சல் முதலிய விசேஷ சிகித்ஸைகள் தலைமை வைத்யர் மேற்பார்வையில் எமது கோட்டக்கல் கோல்டன் ஜூபிலி நர்ஸிங்ஹோமில் நடத்தப்பெறும்.

மற்ற விபரங்களுக்கு:—

மானேஜிங் டிரஸ்டி.
ஆர்ய வைத்யசாலை, கோட்டக்கல்.

திருச்சி ஆயுர்வேதிக் யூனியன்
பிரைவேட் லிமிடெட்

(ஸ்தாபிதம் 1939)

விற்பனை அண்டு ரிஜிஸ்டர்ட் ஆபீஸ்
31-A, சின்னகடைத் தெரு,
திருச்சிராப்பள்ளி-2.
போன் எண் : 4202

சிறந்த ஆயுர்வேத மருந்துகளுக்கு முப்பது ஆண்டுகளாக பிரஸித்தமான இடம்.

பிரஸவித்த மாதர்கட்கு:

ஸௌபாக்கிய ரஸாயனம்

ஜீர்ண சக்தி, ரத்தவிருத்தி அளிக்கும் சிறந்த லேஹியம்.
300 கிராம் பாட்டில் ரூ. 5.

பயஸ்யா

தாய்ப்பாலை வளர்க்கும் திவ்ய ரஸாயன லேஹியம்.
300 கிராம் பாட்டில் ரூ. 5

— தபால் செலவு தனி —

சாஸ்திரீய ரீதியில் தகுந்த நிபுணர்களின் மேற்பார்வையில் தயாரிக்கப்பெற்ற
மற்ற எல்லா ஆயுர்வேத மருந்துகளும்
இங்கு கிடைக்கும்.

வைத்தியர்களுக்கும் பொதுமக்களுக்கும்
— மிகவும் நம்பிக்கையான இடம் —

T. S ஈச்வரன், L.I.M.
மானேஜிங் டைரெக்டர்.

FOR PURE MUSK, KASHMIR SAFFRON,
GOROCHAN & INDIAN CRUDE DRUGS

WRITE TO

M/s. Kalia Brothers (Regd.)

Wholesale Musk & Indian Drugs Merchants,

JULLUNDUR CITY (PUNJAB)

Gram: KALIA **Phone: Office - 3232**
Resi - 4343

சுத்தமான கஸ்தூரி, காஷ்மீர் குங்குமப்பூ,
கோரோசனை மற்றும் மருந்து சரக்குகட்கு
அடியிற்கண்ட விலாசத்திற்கு எழுதவும் :

கலியா பிரதர்ஸ் [ரிஜிஸ்டர்ட்]

கஸ்தூரி மருந்து சரக்கு மொத்த வியாபாரி,
ஜல்லந்தர் ஸிடி (பஞ்சாப்)

தந்தி KALIA போன் : ஆபீஸ் - 3232
வீடு - 4343

தந்தி : "அம்ருதம்" P. B. No. 1382. போன் : 26006

தி ஆர்ய வைத்திய பார்மஸி

(கோயமுத்தூர்) லிமிடெட்

தலைமை ஆபீஸ்: 366, திருச்சி ரோடு, கோயமுத்தூர்-18.

உண்மையான ஆயுர்வேத
மருந்துகளுக்கும்
சிகிச்சைகளுக்கும் சிறந்த இடம்

— எங்களுடைய கிளைகள்: —

1.	23-B பூஸா ரோடு, புது டில்லி	போன் : 585687
2.	மொய்தீன் பள்ளி ரோடு, கள்ளிக்கோட்டை 1	,, 2984
3.	கௌடியா மடத்தெரு மதராஸ்-14	,, 85752
4.	வளிஞ்ஞம்பலம், எர்ணாகுளம், கொச்சின்-18	,, 32219
5.	பிள்ளையார் கோயில் ரோடு, கண்ணனூர்-1	,, 92
6	மார்க்கெட் ரோடு, பாலக்காடு-1	,, 195
7.	கடைவீதி பொன்னானி	,, 41
8.	ரௌண்ட் வெஸ்டு, திருச்சூர்-1.	,, 378
9.	கோர்ட் ரோடு, ஆலத்தூர்	,, 87
10	மெயின் ரோடு, கஞ்சிக்கோடு	
11.	ரயில்வே ஜங்ஷனுக்கு எதிரில், கோயமுத்தூர்-18	33758
12.	இந்திரா பில்டிங், கள்ளிக்கோட்டை-2	,, 4891
13.	T. T. 384 K டெலிச்சேரி ரோடு கண்ணனூர்-2	
14.	No 263, 64, 11 வார்டு, மெயின் ரோடு, எடப்பாள் (பொன்னானி)	

பாக்டரி:
கஞ்சிக்கோடு (கேரளா)
(போன் : 2)

நர்ஸிங் ஹோம்:
திருச்சி ரோடு, கோயமுத்தூர்-18.
(போன் : 22194)

மேலும் விபரங்களுக்கு விண்ணப்பம் செய்க:—

ஆர்ய வைத்தியன் P. V ராம வாரியார்
பிரதம வைத்தியர் & மானேஜிங் டைரக்டர்.

வாரியர்

க்ஷீரபலா 101

ஸர்வாங்க வாதம், பாரிச வாயு முதலிய எல்லாவித மான வாத நோய்களையும் குணப்படுத்தக்கூடிய மிகச் சிறந்த மருந்து வாயுவினால் ஏற்படக்கூடிய மூச்சுப் பிடிப்பு, மார்பு வலி விலாப்புறங்கள் வலி, முதுகு வலி, சந்துகள் தசை நார்களில் வலி, வீக்கம், கை கால் வலி முதலிய எல்லாவிதமான நோவுகளையும் நிச்சயமாகக் குணப்படுத்தும், மற்றும் நரம்புகள் சம்பந்தப்பட்ட விரல் நடுக்கம், நாக்குக் குளறல், கண்-காது கோளாறுகள், ஒருத்தலைவலி முதலிய கோளாறுகளையும் குணப்படுத்தும்.

ரத்த அழுத்தம் [பிளட் பிரஷர்] என்ற வியாதியை குணப்படுத்தவும, வராமல் தடுக்கவும் திகரற்றது.

ஊமையடிகளுக்கு இதைவிட சிறந்த மருந்து கிடையாது.

பிரஸவித்திருக்கும் பெண்களுக்கும் வாயுவை சீராக்கி உடம்பை தேறறும.

வயோதிகர்கள் இதை தினசரி உபயோகித்துவந்தால் வாத ரோகங்களும் விருத்தாப்பியத்தினால் ஏற்படும் நரம்புத் தளர்ச்சியும், புலன்களின் சக்திக் குறைவும் ஏற்படாமல் ஆரோக்கியத்துடன் இருக்கலாம்.

விலை 25 ML. ரூ. 7-00 12 ML. ரூ. 3-75

ஆரிய வைத்தியர் கெ. எஸ். வாரியர் அவர்களின்

அஷ்டாங்க ஆயுர்வேத சாலா,

சைனாபஜார், தெப்பக்குளம போஸ்ட், திருச்சி-2.

PHONE : 5441 வீடு போன் : 6074

[1936-ல் நிறுவப்பட்டது].

வைத்திய சந்திரிகா

தமிழ்நாடு ஆயுர்வேத மஹாமண்டலத்தின் மாதப் பத்திரிகை.

தொகுதி 34	பரிதாபி வைகாசி	பகுதி 6
Vol. 34	1972 ஜுன்	No. 6

श्री धन्वन्तरये नमः

நற்காலத்தின் அறிகுறிகள்

பாளையங்கோட்டையில் நடந்துவரும் அரசினர் இந்திய மருத்துவக்கல்லூரியில் இவ்வாண்டு முதல் சித்தவைத்தியத்தின் மேற்படிப்பு (போஸ்ட் கிராடுயேட் கோர்ஸ்) ஆரம்பிக்கவிருக்கிறார்கள். மத்திய அரசு ஐந்து லக்ஷம் ரூபாய்கள் இதற்கென மானியம் தந்துள்ளது.

7 ஆண்டுகள் நிறைவு பெற்றுள்ள இந்தக் கல்லூரியிலிருந்து வெளிவந்துள்ள வைத்தியர்களில் 15 வைத்யர்கள் கல்லூரியிலேயே போதனை ஆசிரியர்களாக அமைந்துள்ளார்கள். சிலர் ராமனாதபுரம், வேலூர், கடலூர், சேலம் முதலிய மாவட்டத் தலைமையக ஆஸ்பத்திரிகளில் சித்தத்துறை வைத்தியர்களாகப் பணி புரிகிறார்கள். கல்லூரியிலுள்ள 100 நபர்களுக்கான படுக்கை வசதி உள்ள ஆஸ்பத்திரி 200 படுக்கை வசதியுள்ளதாக விரிவடையவிருக்கிறது. மற்றும் வைத்தியர்கள் கிடைக்காததால் தற்காலிகமாக நின்றுள்ள வைத்யசாலைகளை மீண்டும் திறந்து இவர்களை அதில் நியமனம் செய்யத் துரிதமாக ஏற்பாடாகி வருகின்றது. கல்லூரியிலிருந்து வெளிவரும் வைத்தியர்களுக்கு

உத்தியோக வாய்ப்பு இதன் மூலம் பெருகும்போது, இப்படிப்பின் அந்தஸ்தும் உயரும்.

அகிலபாரத ஆயுர்வேத மஹாஸம்மேளனம் உத்தர பிரதேசத்தில் ஆக்ராவில் இம்மாதம் 3, 4, 5 தேதிகளில் நடைபெற்றுள்ளது. பரேலி வைத்திய வித்வான் ஸ்ரீ தர்மதத்த ஜீ ஆயுர்வேதாசார்ய அவர்கள் தலைமை வகித்தார்கள். வித்யாபீட ஸம்மேளனத்திற்கு பம்பாய் ஸ்ரீராம கோபால சாஸ்திரீ தலைமை வகித்துள்ளார்கள். உபராஷ்டிரபதி ஸ்ரீ கோபாலஸ்வரூப் (G.S.) பாடக் அவர்கள் ஆரம்பித்துவைத்துள்ளார்கள்.

புதிதாக அமைக்கப்பெற்றுள்ள மத்திய கவுன்சிலுக்குக் கல்வி முறை அமைப்பிலும் ஆராய்ச்சி திட்டங்களிலும் ஆலோசனைகள் பற்றி இந்த மகாநாடு விசேஷ கவனம் செலுத்தியிருக்கிறது.

இரு பெரியார்களின் மறைவு

வைத்ய ஸ்ரீ T. P. சந்திரசேகர சர்மா (T. P C. சர்மா) அவர்கள் சென்ற 5—5—1972 அன்று காலமான செய்தி வருத்தத்துடன் தெரிவித்துக்கொள்கிறோம். நல்ல வைத்ய பரம்பரையைச் சேர்ந்த ஸ்ரீ சர்மா ஆயுர்வேதத்தில் சிறந்த வித்வான். கைராசி உள்ளவர் வைத்யப் பெரியோர்களால் பெரிதும் மதிக்கப்படுபவர். அவரது ஆத்மா சாந்தி அடைய இறைவனிடம் வேண்டி நிற்போமாக.

கரூர் ஸ்ரீ ராமசர்மா அவர்களின் கடைசி சகோதரர் டாக்டர் P. S. சங்கரன், B A, A B M.S., அவர்கள் காசியில் காலமான செய்தியை மிகவும் வருத்தத்துடன் தெரிவித்துக் கொள்கிறோம். காசி ஹிந்து விச்வ வித்யாலயத்தில் ஆயுர்வேதப்பிரிவில் மிகச் சிறந்த வித்வானுகப் பணியாற்றிய அவர் வைத்ய சந்திரிகை வாசகர்களுக்கு அவரது சல்ய சிகித்ஸைக் கட்டுரைகள் மூலம் பெரிதும் அறிமுகமானவர். திருவனந்தபுரத்தில் ஆராய்ச்சித் துறையில் பிரதான ஆராய்ச்சியாளராகப் பதவி ஏற்க இருந்தார். ஸம்ஸ்கிருதத்திலும் ஆயுர்வேதத்திலும் சிறந்த வித்வானுக இருந்தமையால் ஆயுர்வேதத்திலுள்ள பல அரிய கருத்துக்களை நவீன வைத்ய உலகிற்கு அறிமுகப்படுத்துவதில் மிகச்சிறந்த முறையில் அவர் ஈடுபட்டிருந்தார் வைத்திய சந்திரிகையில் அவர் வெளியிட்டிருந்த சல்ய சிகித்ஸை கட்டுரைகளும் திருச்சி ஆயுர்வேத ஸபையில் அவர் நிகழ்த்திய சில அரிய உபன்யாசங்களும் ஆயுர்வேதம் சஸ்திர சிகித்ஸைத் துறையில் முழு வளர்ச்சி பெறுவது எளிதானதே என்பதை நிரூபிப்பதாக அமைந்திருந்தது அன்னாரது அகால மறைவு ஆயுர்வேத உலகிற்கு பெருத்த நஷ்டம். ஸ்ரீ ராமசர்மா அவர்கள் இறந்தமையால் பெருத்த சோகத்திற்கு உள்ளாகி இருக்கும் ஸ்ரீ சர்மா குடும்பத்தினருக்கு இது மற்றொரு எதிர்பாராத பேரிழப்பாகும் அன்னாரது குடும்பத்திற்கு நமது அனுதாபங்கள் உரித்தாகும். அன்னாரது ஆத்ம சாந்திக்கு ஸ்ரீ தந்வந்தரியைப் பிரார்த்திப்போமாக.

ஆஸவகல்பம்

மஹாராஸ்னத்யரிஷ்டம்

சாரங்கதர ஸம்ஹிதையில் உள்ள மஹாராஸ்னதி கஷாய முறையை (ஸ்ரீயாதவஜீ அவர்கள் ஸித்தயோக ஸங்கிரஹத்தில் அமைத்துள்ளபடி) ஆஸவமாகத் தயாரிக்க நல்ல மணமும் குணமுமுள்ளதாக அமைகின்றது. செய்முறை பின்வருமாறு :-

சித்தரத்தை 2 கிலோ, சிறுகாஞ்சூரி வேர், சித்தாமுட்டி, சிற்றாமணக்கு வேர், தேவதாரு, பூலாங்கிழங்கு, வசம்பு, ஆடாதோடை வேர், சுக்கு, கடுக்காய், செவ்வியம், கோரைக்கிழங்கு, மூக்கரட்டை வேர், சீந்திற்கொடி, ஸமுத்திராப் பச்சை வேர், சதகுப்பை, நெரிஞ்சில், அமுக்கருக் கிழங்கு, அதிவிடயம், சரக்கொன்னைப் புளி, தண்ணீர்விட்டான் கிழங்கு, திப்பிலி, முள்குறிஞ்சிவேர், கொத்துமல்லி விதை, கண்டங்கத்திரி வேர், முள்ளுக் கத்திரி வேர், பரங்கிப்பட்டை, கொட்டைக் கரந்தை, வில்வவேர், யானைக்குறுந்தோட்டி வேர் இவை வகைக்கு சமனெடையாகச் சேர்த்து மொத்தம் 1 கிலோ இவைகளை 48 லிட்டர் ஜலத்திலிட்டு 12 லிட்டர் மீதமாகக் கஷாயமாக்கி வடிகட்டிக்கொண்டு அதில் 5 கிலோ அல்லது 6 கிலோ வெல்லம் கரைத்துக் கொள்ளவும். பிரக்ஷேபமாக காட்டகத்திப்பூ 250 கிராம் கஷாயத்திற்கான சித்தரத்தை முதலியவைகளின் சூர்ணம் 250 கிராம் இவைகளைப் போடவும். ஸந்தானமான பின் வடிகட்டி உபயோகிக்கலாம்.

அனுபானமாகவோ தனியாகவோ, சுக்குத்தூள், திப்பிலித் தூள். யோகராஜ குக்குலு, மஹாயோகராஜ குக்குலு, மற்ற வாதஹர ஔஷதங்கள், சுத்தி செய்த குக்கில், பெருங்காயம், வெடியுப்பு இவைகளில் ஒன்றை மேல்பொடியாகப் போட்டுச் சாப்பிடலாம். அல்லது வாதஹர தைலங்களை வெந்நீருடன் சாப்பிட்டு மேல் இதனைச் சாப்பிடலாம். எல்லாவித வாதநோய்களிலும் முக்கியமாக இடுப்பு, முதுகு, திரிகம், சந்திகள் இவைகளில் வலி வீக்கத்துடன் ஏற்படும் வாத நோய்களிலும அவபாஹுகம், ஆமவாதம், கிருத்ரஸீ, ச்லீபதம், அபதானகம் இவைகளிலும் இது சிறந்தது.

மஹாதிக்தகாஸவம்

மஹாதிக்தக கிருதம் சர்மநோய்களில் சிறந்த ரக்தப் பிரஸாதனமான யோகம். வைத்யர்கள் இதன் உபயோகத்தால் சிறந்த குணங்களைப் பெறுகின்றனர். சில சமயம் நெய்யாகத் தயாரித்ததைக் கொடுக்க முடியாவிடத்து விருத்த வைத்யர்கள் இதையே கஷாயமாகத் தயாரித்துக்கொடுப்பதுமுண்டு இதையே ஆஸவமாகவும் பானகமாகவும் தயாரிக்கலாம். யாதவஜீயின் ஸித்தயோக ஸங்கிரஹத்தை அனுசரித்து செய்முறை பின்வருமாறு :-

எழிலம்பாலைப் பட்டை, அதிவிடயம், சரக்கொன்னை பட்டை கடுகு ரோகிணி, வட்டத்திருப்பி, கோரைக்கிழங்கு, விளாமிச்சை வேர், கடுக்காய் தோல், தான்றிக்காய் தோல், நெல்லிமுள்ளி, பேய்புடல், வேப்பம் பட்டை, பர்படகம், சிறுகாஞ்சூரி வேர், சந்தனத்தூள், திப்பிலி, பதிமுகம், மஞ்சள், மரமஞ்சள், வசம்பு, வரித்தும்மட்டி வேர், தண்ணீர்விட்டான் கிழங்கு, நன்னரி, ஆடாதோடை வேர், கசப்பு வெட்பாலைப் பட்டை, காஞ்சூரி, மருள்வேர், சீந்திற்கொடி, நிலவேம்பு, அதிமதுரம், பிரம்மிப்பூண்டு இவை வகைக்கு 100 கிராம் நெல்லிமுள்ளி 6 கிலோ இவைகளை 150 லிட்டர் ஜலத்திலிட்டு 37½ லிட்டர் மீதமாகுமாறு கஷாயமாக்கி வடிகட்டி அதில் வெல்லத்தைக் கரைத்து விடவும். பிரக்ஷேபமாக ஏழிலம்பாலைப் பட்டை முதலியவைகளின் தூள் 200 கிராம் நன்னரிப்பட்டைத் தூள் 200 கிராம் காட்டகத்திப்பூ 200 கிராம் இவைகளைப் போடவும். ஸந்தானமான பின்னர் எடுத்து உபயோகிக்கவும்.

நெய் முறையில் தயாரிக்கப்பட்ட மருந்திற்குள்ள ரக்தபித்தப் பிரஸாதன சக்தி இதில் குறைவெனினும், ரக்த சுத்தியில் இது மிகவும் குணகரமாயுள்ளது. வாத ரக்தம், விஸர்பம், பாண்டு, விஸ்போடம், சொரி, சிரங்கு, காமாலை, உட்காங்கையுள்ள ஜ்வரம், அரிப்பு இவைகளில் நல்ல குணம் தருகிறது.

கஞ்சி வகைகள்

காசியப ஸம்ஹிதையில்

பால தந்திரமெனும் கௌமார ப்ருத்யத்தை விஷயமாகக் கொண்டுள்ள ப்ராசீன ஸம்ஹிதைகளில் காசியபஸம்ஹிதை ஒன்றுதான் இன்று நமக்குக் கிடைக்கின்றது. பலவிடங்களில் செல்லரித்துப் பல பகுதிகள் காணுதுதான் அதுவும் கிடைத்திருக்கின்றது அதில் பல புதிய அம்சங்கள் (மற்ற ஸம்ஹிதைகளில் காணப்படாதவை) காணப் படுகின்றன. யூஷநிர்தேசீயம் என்ற அத்யாயத்தின் தமிழாக்கம் கீழே தரப்படுகின்றது.

உணவைப் போன்று ப்ராணதாரணமான வேறு ஒரு பொருளில்லை. உணவைப் போன்ற சிறந்த ஔஷதமுமில்லை. உணவு ஒன்றைக் கொண்டே வியாதியில்லாமலேயே வாழவும் முடியும். எவ்வளவு மருந்திருந்தாலும் உணவில்லையேல் உயிர் தரிக்காது. அதனால் உணவையே மஹாபைஷஜ்யம் என்பர் வைத்யர்.

உணவு சாப்பிடப்படுவது என்ற வகையில் ஒருவகை. உஷ்ணம் சீதம் என்ற வகையில் இருவகை; வாத-பித்த-கப தோஷங்களுக் கேற்றதென்பதாக மூன்று வகை; மென்று சாப்பிடக்கூடியது, கடித்து சாப்பிடக்கூடியது, நக்கி சாப்பிடக் கூடியது, குடிக்கக்கூடியதென நான்கு வகை; பஞ்சபூதங்களுக் கேற்றதென ஐவகை; ஆறு ரஸங்களைக்கொண்டு அறுவகை என்றெல்லாம் பாகுபாடு செய்ய முடியும்.

சந்தோஷம், புஷ்டி, தைர்யம், புத்தி, உற்சாகம், ஆண்மை, பலம், கம்பீரமான சொல், திடம், தேஜஸ், உயிர், மேதை ஒளி இவை முதலிய குணங்கள் ஆகாரத்தால் ஏற்படுபவை.

இவ்வத்யாயத்தில் பல திரவ்யங்களுடன் பாகம் செய்யப்பட்ட கஞ்சி (யூஷ) வகைகள் கூறப்படுகின்றன.

கஞ்சியின் குணம்: ருசி, பசி, நரம்புகளுக்குப் பலம், கம்பீரமான ஒலி, நிறம், பலம், ஜீர்ணசக்தி இவைகளை உண்டாக்கும். நல்ல வியர்வையைத் தூண்டி உண்டாக்கும். வாய் நாக்கு முதலிய முக அங்கங்களுக்கு நல்லது. ஸந்தோஷம் புஷ்டி ஸுகம் தரவல்லது இது சூடும் ஸ்னேஹமும் (கொழுப்பு பதார்த்தங்கள்) கொண்டிருக்க வாதத்தையும், துவர்ப்பும் ஸ்னேஹமும் கொண்டிருக்க பித்தத்தையும், லகுவான சூட்டுடன் கபஹர திரவ்யங்களுடன் சேர்வதால் கபத்தையும் சமனம் செய்ய வல்லது.

யூஷம் என்ற பெயர் யூஷ-திரவீகரணபாகயோ : என்ற தாதுவி லிருந்து உண்டான சொல். ஆஹாரப் பொருளைத் திரவமாக்கி பக்குவப்படுத்தப்பட்டது என்பது இதன் பொருள். அரிசியைத் தவிர வேறு பருப்பு முதலிய உணவுப் பொருள்களைக்கொண்டு தயாரிக்கப்பட்டதற்கு யூஷமெனவும் அரிசி கொண்டு தயாரித்த தற்கு யவாகூ என்றும் பெயருண்டு. யூஷம் மூன்று வகை. *க்ருதயூஷம், அக்ருதயூஷம், க்ருதாக்ருதயூஷம் என இவை முறையே பித்த-கப-வாத வியாதிகளில் சிறந்தவை, இந்த யூஷங்கள் அதில் சேர்க்கப்பட்ட சீத-உஷ்ண-சீதோஷ்ணமான திரவ்யங்களுக்கேற்றவாறும் வேறு விசேஷித்த திரவ்யங்களைச் சேர்ப்பிப்பதற்கேற்றவாறும் பாசன (ஜீர்ணமாக்கும் தன்மை யுள்ளது) மாகவும், கர்சன (இளைக்கச்செய்வது) மாகவும் பிரும்ஹண (பருக்கச்செய்வது) மாகவும் அமைகின்றது உப்பு உரைப்பு, தாளிப்பு, காய்ச்சும் வகை இவைகளால் ஏற்படும் மாறுதல்கள் அனந்தமாகும்.

பொதுவாக யூஷங்கள் இருவகைப்படும். ஒன்று துவர்ப்பும் இனிப்பும் மிக்கது. மற்றொன்று துவர்ப்பும் புளிப்பும் மிக்கது. நெய்யும் எண்ணெய்யும் கலந்து தயாரித்த யூஷங்கள் வாத ரோகங்களில் மிகவும் ஏற்றது. மலம் தீய்ந்து வெளிப்படுதல், அடிபடுதல், கடுபசி, தூக்கமின்மை, கடும் பாரம் தூக்கின களைப்பு, வழி நடந்த களைப்பு, மைதுனத்தின் பின் களைப்பு, கீழே விழுதல் போன்றவைகளில் ஏற்படும் களைப்பு-இவைகளில் மிகவும் பயன்படும். தயிர், காடி முதலிய புளிப்பும் பசி தூண்டும் குணமு முள்ள பொருள் சேர்ந்தது நல்ல பசியைத் தூண்டி ஜீர்ணம செய்ய வல்லது

முத்கயூஷம்-பயற்றங்கஞ்சி: உமி நீக்கிய பழைய பயறின் கஞ்சி தீபன (பசி தூண்டி)ப் பொருள்களுடன் தயாரிக்கலாம். இதில் தெளிவான பாகத்தை (கஞ்சித் தெளிவு) முத்கமண்டமென வும், கனமான பாகத்தை முத்கயூஷமெனவும் கூறுவர். புளித்த மோருடன் இதைத் தயாரிக்க விரஸிகா (கசப்பை மாற்றுவது) எனப் பெயர். புளிப்பு மாதுளம் பழத்துடனும் மோருடனும் இதைத் தயார் செய்ய ரோசனம் (ருசி அளிப்பது) எனப் பெயர். தனியாக மாதுளம்பழம் சேர்த்துத் தயாரித்தது தாடியயூஷம் எனவும். நெல்லிக்காயுடன் தயாரிப்பது தாத்ரீயூஷமெனவும் பெயர். இவை பஞ்சகர்ம சிகித்ஸை செய்யும்போது ஏற்கத் தகுந்தவை.

---

* உப்பு எண்ணெய் கடுகு போன்று ருசியும் மணமும் மிகுதி யாக்கும் மசாலைப் பொருளுள்ளதும் தாளிப்பு முதலியன செய்ததும் கிருதயூஷம் எனவும், அவ்விதம் செய்யப்படாதது அக்ருதயூஷ மெனவும் கூறப்படும். க்ருதாக்ருதயூஷம் என்பது ஆங்காங்கு ரோக ப்ரகரணங்களில் கூறப் பட்டுள்ளது.

சித்ரகயூஷமும் மூலகயூஷமும்:— கொடிவேலியை வேர் தண்டு இலைகளுடன் சேர்த்துக் கஷாயம் போட்டு அதில் பயறு முதலிய வைகளைக் கஞ்சியாக்க க்ரஹணீ, வயிற்றுவலி, மண்ணீரல் வீக்கம், அர்சஸ், குல்மம், குஷ்டம், ஹிருதய ரோகம், கபவாத ரோகங்கள் இவைகளில் நல்லது. இது சித்ரகயூஷமாகும். இவ்விதமே முள்ளங்கியின் கஷாயத்தில் கஞ்சி தயார் செய்து இதே நோய் களில் கொடுக்கலாம். இது மூலகயூஷமாகும்.

பஞ்சகோலயூஷம்:— பூலாங்கிழங்கு கர்கடசிங்கி, வில்வவேர், ஆடு தீண்டாப்பாளை, புஷ்கரமூலம் காட்டகத்திப்பூ, விளாம்பழம், புளியாரை, மஞ்சிட்டி இவைகளின் கஷாயத்தில் கஞ்சி தயாரிப்பின் அது மலத்தை இறுக்கி குடலுக்கு பலமளிக்கும். அதிலே உப்பு களும் தீபன வஸ்துக்களும் சேர்த்துக் கொடுக்க தீபன யூஷமாகும்.

தான்யயூஷம்:— மொச்சை, உளுந்து, கடுகு நீங்கலாக மற்ற பருப்பு வகைகளை உடைக்காமல் போட்டு கஷாயமாக்கி அதில் கொடிவேலியும் மாதுளம்பழமும் சேர்த்துக் கொடுக்க தான்ய யூஷமாகும்.

திலமாஷகயூஷம்: எள்ளும் உளுந்தும் கொண்டு தயாரித்த கஞ்சி தயிர் தெளிவு அல்லது மோர் சேர்த்தது ஜ்வரம் வராதிருக் கும் நிலையிலுள்ள தலை கண் காது ஹிருதய நோய்களிலும் ஒற்றைத் தலைவலியிலும் அருசி அதிஸார நிலைகளிலும் நல்லது.

குலுத்தயூஷம்:— கொள்ளைக் கொண்டு தயாரித்த கஞ்சி. உடலிலுள்ள அதிகப்படியான ஸ்னேஹாம்சத்தை வரளச்செய்து ஸந்நிபாத-வாத-கபநோய்களில் நல்ல உதவியளிக்கும்.

பலயூஷம் — விளா, வில்வம், இலந்தை, மாதுளை, மா இவை களின் பழுக்காத காய்களைக்கொண்டு தயாரித்த கஞ்சி நாட்பட்ட அதிஸாரத்தில் நல்லது.

புஷ்பயூஷம்: சணல் பூ, இலவம் பூ, காட்டகத்திப்பூ, தாமரைப் பூ, அல்லிப்பூ மந்தாரைப்பூ, வெள்ளை மந்தாரைப்பூ, மாதுளம் பூ இவைகளைக் கொண்டு தயாரித்த கஞ்சி, பெரும்பாடு, ரக்த பித்தம், கண்ணெரிச்சல், வயிற்றெரிச்சல் இவைகளில் நல்லது. இதில் புளிப்பும் எண்ணெய்யும் சேர்க்கக் கூடாது.

பத்ரயூஷம்: வில்வம், முருங்கை, ஆமணக்கு, சித்தாமுட்டி, அரத்தை, மா இவைகளின் இலைகளின் கஷாயத்தில் தயாரித்த கஞ்சி வாத வியாதிகளில் நல்லது.

வல்கயூஷம்: மாதுளைப் பட்டை, அம்பாடம் பட்டை, நாவல் பட்டை, மணிப்புங்கின் பட்டை இவைகளைக் கஷாயமிட்டு தயிர் தெளிவு சேர்த்துத் தயார் செய்த கஞ்சி அதிஸாரத்திற்கேற்றது.

பல்லவயூஷம்: ஆல், அரசு, அத்தி, இச்சி, புரசு, தாமரை இவைகளின் இலைகளைக் கஷாயமிட்டு நெய்யும் மாதுளம்பழ மணிகளும் வாஸனைக்காக சேர்த்துக் கஞ்சி செய்து சாப்பிட கர்ப்பாசய எரிவு, கர்ப்பஸ்ராவம் கிரஹ பீடை இவைகளுக்கு நல்லது.

வாதஹரயூஷங்கள்: மூக்கரட்டை, சித்தரத்தை புளியாரை, சிற்ருமுட்டி இவைகளின் கஷாயத்தில் தயாரித்த கஞ்சிகள் தயிர் அல்லது நெய் கலந்து சாப்பிட மிகச் சிறந்த வாத சமனங்களாகும்.

மஹாயூஷம்: மஹாபஞ்ச மூலம் (வில்வ வேர், முன்னை வேர், பெருவாகை வேர், பாதிரி வேர், குமிழம் வேர்) இனிப்புப் பழங்கள், நவதான்யங்கள், கொத்துமல்லி விதை, மிளகு, காகோலி, க்ஷீரகாகோலி, குமிழம் பழம், பேரீச்சம்பழம், இலந்தைப்பழம், சித்தரத்தை, சிற்ருமணக்கு, மூக்கரட்டை, நெரிஞ்சில். முள் முருங்கை, முருங்கைத் தளிர் இவை வகைக்கு 8 தோலா இடித்து $6\frac{1}{4}$ படி ஜலத்தில் கஷாயமிட்டு கால் பங்கு மீதமாகக் காய்ச்சி அதில் தயிர் காடி எண்ணெய் நெய் இவை வகைக்கு $\frac{1}{2}$ வீசை சேர்த்துக் கொள்ளவும். இதில் 100 இளம் முள்ளங்கி இலை நீக்கிச் சேர்த்துக் கஞ்சி தயாரித்துக் கொள்ளவும். இது சுக்கு மிளகு திப்பிலி மூன்றின் பொடியும் தூவிச் சாப்பிட பல நோய்களில் தகுந்த ஆகாரமாகின்றது. அதிகப் பசி, தூக்கமின்மை, அங்கங்களில் மதமதப்பு, கண் தாடை இவைகள் மரத்துப்போதல் இவைகளில் மிக நல்லது. இதில் கஷாயத்திற்குச் சம அளவு மாமிச கஷாயமும் எள்ளுப் பொடியும் சேர்த்துத் தயாரித்தது நாட்பட்ட அதிஸாரத்தில் நல்லது.

லசுனயூஷம்: உள்ளிப் பூண்டு ஒரு பலம், மாதுளம் பழம் 2 பலம் மாம்ஸம் 2 பலம், நெய் 2 பலம், நல்லெண்ணெய் 2 பலம் இவைகளைக் கொண்டு நல்ல மசாலைப் பொருளும் உப்பும் சேர்த்துத் தயாரித்த கஞ்சி வாதரோகங்களில் மிகவும் நல்லது.

மூலகயூஷம்: இளம் முள்ளங்கியை ஜலம் விட்டு வேக வைத்து எண்ணெய் அல்லது நெய் விட்டு வதக்கி அதில் பருப்பு வகை சேர்த்துத் தயாரித்த கஞ்சி பொதுவாக எல்லா வியாதிகளிலும் நல்லது.

அரிசிக் கஞ்சிகள்: அரிசி கொண்டு தயாரிக்கப்படும் உணவு மூன்று வகைப்படும் சாதம், கூழ், கஞ்சி என்று. அரிசியால் தயாரித்த சாதம் பிசு பிசுப்பில்லாமலும் நன்கு வெந்தும், கஞ்சி வடிக்கப்பட்டும் மெதுவாகவும் அரிசி குழையாததாயும் இருக்க நல்லது. நன்கு வேகாமலும் கொசகொசத்தும் அரிசி உடைந்தும் கஞ்சி வடிக்காமலும் ருசிகெட்டும் பிசுபிசுப்புடனும் குளிர்ந்துமுள்ள சாதம் நல்லதல்ல.

கஞ்சி தயாரிக்கும்போது அரிசிக்கு 10-15-20 பங்கு ஜலம் விட்டு தயார் செய்யவேண்டும். அரிசியை உடைத்து 20 பங்கு ஜலத்தில் இட்டுத் தயாரித்த கஞ்சி மேல்கீழ் என்று பாகுபாடு இன்றி ஒரே விதமாகக் கரைந்துள்ளதற்கு 'பேயா' எனப்படும். அரிசி உடைக்காமலோ அல்லது கரையுமளவில்லாமலோ, கன திரவ பாகம் பிரிக்குமளவில் தயாரான கஞ்சி 'யவாகூ' வாகும். இவைகளில் மிகக் கெட்டியாகவோ தெளிவாகவோ குளிர்ந்தோ அரிசி மிகக் குறைவாகவோ மிகவும் பிசுபிசுப்புள்ளதாகவோ அல்லது பிசுபிசுப்பே இல்லாமலோ வாய்க்கு வழங்காததாகவோ இருப்பின் இது பயனற்றது. பஞ்ச கர்ம சிகித்ஸை செய்துகொள் பவனுக்கு தயிர் மோரினுல் கூழ் போன்று தயாரிக்கப்பட்டதும், அதிகச் சூடும், உடைத்த அரிசியில் தயாரிக்கப்பட்டதுமான கஞ்சி ஏற்றதல்ல. (கஞ்சியில் பருக்கை யில்லாமல தெளிவான பாகத்திற்கு 'மண்டம' எனவும், பருக்கை சுமாராக உள்ளதற்கு 'பேயா' எனவும் பருக்கை நிறைய உள்ளதற்கு 'யவாகூ' எனவும் கூழாகத் தயாரித்ததற்கு 'விலேபீ' எனவும் வியவஹார முண்டு.)

அதிக நாள் பட்டினி கிடந்தவருக்கு பால் சேர்ந்த பேயா கஞ்சி நல்லது. இது சீதபித்தத்தைப் போக்கும்; மலத்தைக் கட்டும், உடல் பருக்கச் செய்யும்.

அக்னி தீப்தியை அதிகரிக்கச் செய்யும் பொருள்களை (தீப னீயகணம்)க் கொண்டு தயாரித்த பேயா வயிற்று வலியைப் போக்கிப் பசியைத் தூண்டும். பாசன சக்தியுள்ள துவர்ப்பு மிக்கவை கொண்டு தயாரித்தது மலத்தைக் கட்டும், ஜீரண மாக்கும்.

வில்வப்பழம் விளாம்பழம் மாதுளம்பழம் இவைகளின் சாற் றுடன் தயாரித்த யவாகூ மலத்தை இறுக்கவும், பசியைத் தூண்டி ஜீர்ணம் செய்யவும் நல்லது. மஹாபஞ்சமூல கஷா யத்தில் தயாரித்தது வாயுவைக் கண்டிக்கும். சித்தாமுட்டி, ஓரிலை மூவிலை மாதுளம்பழம் வில்வப் பிஞ்சு இவைகளுடன் தயா

வல்கயூஷம் : மாதுளைப் பட்டை, அம்பாடம் பட்டை, நாவல் பட்டை, மணிப்புங்கின் பட்டை இவைகளைக் கஷாயமிட்டு தயிர் தெளிவு சேர்த்துத் தயார் செய்த கஞ்சி அதிஸாரத்திற்கேற்றது.

பல்லவயூஷம் : ஆல், அரசு, அத்தி, இச்சி, புரசு, தாமரை இவைகளின் இலைகளைக் கஷாயமிட்டு நெய்யும் மாதுளம்பழ மணிகளும் வாஸனைக்காக சேர்த்துக் கஞ்சி செய்து சாப்பிட கர்ப்பாசய எரிவு, கர்ப்பஸ்ராவம் கிரஹ பீடை இவைகளுக்கு நல்லது.

வாதஹரயூஷங்கள் : மூக்கரட்டை, சித்தரத்தை புளியாரை, சிற்றுமுட்டி இவைகளின் கஷாயத்தில் தயாரித்த கஞ்சிகள் தயிர் அல்லது நெய் கலந்து சாப்பிட மிகச் சிறந்த வாத சமனங்களாகும்.

மஹாயூஷம் : மஹாபஞ்சமூலம் (வில்வ வேர், முன்னை வேர், பெருவாகை வேர், பாதிரி வேர், குமிழம் வேர்) இனிப்புப் பழங்கள், நவதான்யங்கள், கொத்துமல்லி விதை, மிளகு, காகோலி, க்ஷீரகாகோலி, குமிழம் பழம், பேரீச்சம்பழம், இலந்தைப்பழம், சித்தரத்தை, சிற்றுமணக்கு, மூக்கரட்டை, நெரிஞ்சில். முள் முருங்கை, முருங்கைத் தளிர் இவை வகைக்கு 8 தோலா இடித்து $6\frac{1}{4}$ படி ஜலத்தில் கஷாயமிட்டு கால் பங்கு மீதமாகக் காய்ச்சி அதில் தயிர் காடி எண்ணெய் நெய் இவை வகைக்கு $\frac{1}{2}$ வீசை சேர்த்துக் கொள்ளவும். இதில் 100 இளம் முள்ளங்கி இலை நீக்கிச் சேர்த்துக் கஞ்சி தயாரித்துக் கொள்ளவும். இது சுக்கு மிளகு திப்பிலி மூன்றின் பொடியும் தூவிச் சாப்பிட பல நோய்களில் தகுந்த ஆகாரமாகின்றது. அதிகப் பசி, தூக்கமின்மை, அங்கங்களில் மதமதப்பு, கண் தாடை இவைகள் மரத்துப்மோதல் இவைகளில் மிக நல்லது இதில் கஷாயத்திற்குச் சம அளவு மாமிச கஷாயமும் எள்ளுப் பொடியும் சேர்த்துத் தயாரித்தது நாட்பட்ட அதிஸாரத்தில் நல்லது

லசுனயூஷம் : உள்ளிப் பூண்டு ஒரு பலம், மாதுளம் பழம் 2 பலம் மாம்ஸம் 2 பலம், நெய் 2 பலம், நல்லெண்ணெய் 2 பலம் இவைகளைக் கொண்டு நல்ல மசாலைப் பொருளும் உப்பும் சேர்த்துத் தயாரித்த கஞ்சி வாதரோகங்களில் மிகவும் நல்லது.

மூலகயூஷம் : இளம் முள்ளங்கியை ஜலம் விட்டு வேக வைத்து எண்ணெய் அல்லது நெய் விட்டு வதக்கி அதில் பருப்பு வகை சேர்த்துத் தயாரித்த கஞ்சி பொதுவாக எல்லா வியாதிகளிலும் நல்லது.

அரிசிக் கஞ்சிகள்: அரிசி கொண்டு தயாரிக்கப்படும் உணவு மூன்று வகைப்படும் சாதம், கூழ், கஞ்சி என்று. அரிசியால் தயாரித்த சாதம் பிசு பிசுப்பில்லாமலும் நன்கு வெந்தும், கஞ்சி வடிக்கப்பட்டும் மெதுவாகவும் அரிசி குழையாததாயும் இருக்க நல்லது. நன்கு வேகாமலும் கொசகொசத்தும் அரிசி உடைந்தும் கஞ்சி வடிக்காமலும் ருசி கெட்டும் பிசுபிசுப்புடனும் குளிர்ந்துமுள்ள சாதம் நல்லதல்ல.

கஞ்சி தயாரிக்கும்போது அரிசிக்கு 10-15-20 பங்கு ஜலம் விட்டு தயார் செய்யவேண்டும். அரிசியை உடைத்து 20 பங்கு ஜலத்தில் இட்டுத் தயாரித்த கஞ்சி மேல்கீழ் என்று பாகுபாடு இன்றி ஒரே விதமாகக் கரைந்துள்ளதற்கு 'பேயா' எனப்படும். அரிசி உடைக்காமலோ அல்லது கரையுமளவில்லாமலோ, கன திரவ பாகம் பிரிக்குமளவில் தயாரான கஞ்சி 'யவாகூ' வாகும். இவைகளில் மிகக் கெட்டியாகவோ தெளிவாகவோ குளிர்ந்தோ அரிசி மிகக் குறைவாகவோ மிகவும் பிசுபிசுப்புள்ளதாகவோ அல்லது பிசுபிசுப்பே இல்லாமலோ வாய்க்கு வழங்காததாகவோ இருப்பின் இது பயனற்றது. பஞ்ச கர்ம சிகித்ஸை செய்துகொள்பவனுக்கு தயிர் மோரினால் கூழ் போன்று தயாரிக்கப்பட்டதும், அதிகச் சூடும், உடைத்த அரிசியில் தயாரிக்கப்பட்டதுமான கஞ்சி ஏற்றதல்ல. (கஞ்சியில் பருக்கை யில்லாமல் தெளிவான பாகத்திற்கு 'மண்டம' எனவும், பருக்கை சுமாராக உள்ளதற்கு 'பேயா' எனவும் பருக்கை நிறைய உள்ளதற்கு 'யவாகூ' எனவும் கூழாகத் தயாரித்ததற்கு 'விலேபீ' எனவும் வியவஹாரமுண்டு.)

அதிக நாள் பட்டினி கிடந்தவருக்கு பால் சேர்ந்த பேயா கஞ்சி நல்லது. இது சீதபித்தத்தைப் போக்கும்; மலத்தைக் கட்டும், உடல் பருக்கச் செய்யும்.

அக்னி தீப்தியை அதிகரிக்கச் செய்யும் பொருள்களை (தீபனீயகணம்)க் கொண்டு தயாரித்த பேயா வயிற்று வலியைப் போக்கிப் பசியைத் தூண்டும். பாசன சக்தியுள்ள துவர்ப்பு மிக்கவை கொண்டு தயாரித்தது மலத்தைக் கட்டும், ஜீரணமாக்கும்.

வில்வப்பழம் விளாம்பழம் மாதுளம்பழம் இவைகளின் சாற்றுடன் தயாரித்த யவாகூ மலத்தை இறுக்கவும், பசியைத் தூண்டி ஜீர்ணம் செய்யவும் நல்லது. மஹாபஞ்சமூல கஷாயத்தில் தயாரித்தது வாயுவைக் கண்டிக்கும். சித்தாமுட்டி, ஓரிலை மூவிலை மாதுளம்பழம் வில்வப் பிஞ்சு இவைகளுடன் தயா

ரித்த பேயா ரத்த கப அதிஸாரத்தில் நல்லது. இதையே தயிருடன் சாப்பிட ருசி அதிகமாகும். நெல்லிக் கெல்லி மலம் போகாமல் வயிற்று வலியுடன் சீதம் மாத்திரம் போகும் நாட்பட்ட பிரவாஹிகையில் எள்ளு சேர்த்துத் தயாரித்தது நல்லது. இது ரக்தாதிஸாரம், ரத்தப் பிரதரம், கர்ப்ப ஸ்ராவம் இவைகளையும் போக்கும்.

மாதுளம்பழம் அதிவிடயம் புளிப்பு வகை சேர்த்துத் தயாரித்தது அஜீரணத்தைப் போக்கும். கண்டங்கத்திரி நெரிஞ்சில் முள் இவைகளைக்கொண்டு தயாரித்ததை வெல்லப் பாகுடன் கொடுக்க அந்த யவாகூ மூத்திர நோய்களைப் போக்கும்.

சுவர்சிலை உப்பு, வாய்விளங்கம், முருங்கை இலை, கண்டந் திப்பிலி இவைகளுடன் தயாரித்த யவாகூக் கஞ்சி மோர் சேர்த்துச் சாப்பிட கிருமி குல்மம் காஸம், கிரஹணி இந்நோய்களில் சிறந்தது. திராக்ஷை, நெல் பொரி, திப்பிலி, நன்னாரி இவைகளின் கஷாயத்தில் கஞ்சி தயாரிக்க தாகம் தணியும். கார்போகரிசி சேர்த்துத் தயாரித்தது விஷத்தைப் போக்கும். பன்றி மாமிச கஷாயத்தில் தயாரித்தது பலத்தை ஊட்டும்.

உடம்பு இளைத்தவனுக்கு கோதுமைக் கஞ்சியும், பலம் அதிகமாக இந்துப்பும் நெய்யும் சேர்த்துக் கஞ்சியும், தசமூலம் சேர்த்தது ச்வாஸம், காஸம் கபம் இவைகளைப் போக்கவும் நல்லது. கறிகாய்கள் மாமிசம் எள்ளு உளுந்து இவைகளுடன் தயாரித்ததை நெய் சேர்த்துச் சாப்பிட மலத்தை இளக்கவும் ஸ்னேஹம் (கொழுப்பு) அதிகமாகவும் பயன்படும். நாவல் கொட்டை, மாம் பருப்பு, வில்வப் பிஞ்சு, விளாம்பழம் இவைகளால் தயாரித்த கஞ்சி மலத்தை இறுக்கும்

நெய் ஜீரணமாகாமல் ஏற்பட்ட நோய்களில் மோரில் தயாரித்த கஞ்சியும், எண்ணெய் ஜீர்ணமாகாததில் எள்ளுப் பிண்ணாக்குடன் தயாரித்ததையும், புளிச்சக் கீரை தயிர் இவைகளுடன் தயாரித்ததை மதம் எரிச்சல் இவைகளிலும் கொடுக்க நல்லது.

கஞ்சிக்கான கரிகாய்களையும் அரிசியையும் வறுத்தோ வறுக்காமலோ வதக்கியோ வதக்காமலோ உசிதப்படி ரோகியின் தேக நிலைக்கேற்ப தயாரிக்கலாம். அளவு முதலியவை உலகத்தில் வழக்கத்திலிருக்கிறபடி செய்து கொள்ளலாம்.

ஆரோக்கிய கல்பத்ருமம்

விஸர்ப்ப சிகித்ஸை

தூர்வாகதிரபத்ராதி தைலம்: அருகம்புல், கருங்காலித் துளிர், கையாந்தகரை, தண்ணீர் விட்டான் கிழங்கு இவைகளின் சாற்றில், தேக்கின் பட்டை, அதிமதுரம், கோஷ்டம், கோரைக் கிழங்கு, வெட்டிவேர், விளாமிச்சம் வேர், சந்தனம், ஏலரிசி, வாய்விளங்கம், மஞ்சிட்டி பொடி, திரிபலை, தேவதாரு, தூணியாங் கம், ஞாழல்பூ, கச்சோரக்கிழங்கு, தகரவிதை இவைகளைக் கல்க மாக்கி, தேங்காய் எண்ணெய்யோ நல்லெண்ணெயோ சேர்த்து காய்ச்சி உள்ளுக்கும் மேலுக்கும் உபயோகிக்க எல்லா விஸர்பங் களிலும் நல்ல குணம் தரும்.

பலாநளதாதி தைலம்: சிற்றுமுட்டிவேர் விலாமிச்சைவேர், கருநொச்சிவேர், சீந்தில் அதிமதுரம், கோரைக் கிழங்கு இவைகளைக் கஷாயம் வைத்து கையாந்தரை, தேக்கிலை, அருகம் புல், வெட்டிவேரிலை, இவற்றின் சாறும் சம அளவு சேர்த்து தூணியாங்கம், விலாமிச்சைவேர், கோரைக்கிழங்கு, முள்ளுக் கத்திரிவேர், வசம்பு, மாவிலங்கை பட்டை, கோஷ்டம், அமுக்கரு, ஏலரிசி, நாகணம், கல்மதம், கச்சோரக்கிழங்கு, நன்னாரி, வாய் விளங்கம், மஞ்சிட்டி, திரிபலை, விரலிமஞ்சள், மரமஞ்சள் தோல், அவுரிவேர், தேவதாரு, நெரியாசிப்பால் இவைகளை அரைத்துக் கலக்கித் தேங்காயெண்ணெய்யோ நல்லெண்ணெய்யோ சேர்த்து காய்ச்சித் தயாரித்த தைலம் உள்ளுபயோகத்திற்கும் மேலுபயோ கத்திற்கும் நல்லது.

பாலாமிருத ரஸாயனம்: சேங்கொட்டை எண்ணூறு (800) கொட்டைகளை சுத்தி செய்து கொண்டு இடித்து அதை நிறுத்து அதற்கு எட்டு பங்கு ஜலம் விட்டு எட்டில் ஒரு பங்கு மீதமாகுமாறு கஷாயம் தயாரிக்கவும். இக் கஷாயத்தில் எட்டில் ஒரு பங்கு கல்யாணமுருங்கிலை ஸ்வரஸம்; அதே எட்டில் ஒரு பங்கு அளவு தனித்தனியாக கருநெல்லிக்காய், பேய்புடல், பேய்த்தும்மட்டிக் காய் அல்லது வேர், கையாந்தரை இவைகளின் ஸ்வரஸம் அல்லது கஷாயம்; மூன்றில் ஒருபங்களவு ஸோமவல்லி கஷாயமும், ஐந்தில் ஒருபங்களவு கருங்காலி இலை ஸ்வரஸமும். பிரமி இலைச்சாறு ஆறில் ஒருபங்கும்; இவைகளை ஒன்றாகக்கூட்டி அதில் $2\frac{1}{2}$ கிலோ பழைய வெல்லம் கூட்டி எரித்துக் கெட்டி யாக்கவும் ஏலரிசி, வெட்பாலையரிசி, கொத்துமல்லி விதை,

வாலுளுவவை விதை வாய்விளங்கம், கார்போகரிசி, குக்கில், மாசிக்காய் ஜீரகம், கருஞ்சீரகம் பெருஞ்சீரகம், விருச்சிப்பூ, தும்பைப்பூ, பரங்கிப்பட்டை சித்தரத்தை இவைகளை கருங்காலி கஷாயத்தில் நன்கு மைபோல அரைத்து நெய்யிலிட்டுக் கிருதபாக முறைப்படி காய்ச்சி அரித்தெடுத்த நெய் வெல்லத்திற்கு சமம் (2½ கிலோ), நெய் பாகத்திற்குச் சேர்த்த திரவ்யங்கள் 800 கிராம் எடுத்துத் தூள் செய்து கொண்டு, முன் தயாரித்த பாகில் நெய்யையும், இந்தத் தூளையும் போட்டுக் கலக்கி லேகிய பதத்திலிறக்கி ஆறவைத்து நெய்யில் பாதி அளவு தேன் சேர்த்துக் கலக்கி ஜாக்ரதையாக எடுத்து வைக்கவும்.

இதன் பெயர் பாலாமிருதமாகும். சிறந்த ரஸாயனம், எல்லா விஸர்ப்பங்களிலும் மிகச் சிறந்தது. காஸம் சுவாஸம் க்ஷயம், வாந்தி, மதாத்யயம், அர்சஸ், அதிஸாரம், க்ரஹிணீ, வித்ரதி, குல்மம், வயிறு உப்புசம், அஷ்டீலை, பிரத்யஷ்டீலை, தூனீ, பிரதி தூனீ, (இவை பிரளிவாயு வகைகள்) ஜலகூர்மம் உதரம், பாண்டு, சோகை, வீக்கம், குஷ்டம், வெண்குஷ்டம், வாத வியாதிகள், ரக்தவாதம், வாயுவின் ஆவரணத்தால் ஏற்படும் மற்ற வியாதிகள் நாடீவிரணம் அர்புதம், கிரந்தி, கண்டமாலை, அருசி, குதத்தில் ஏற்படும் தோல் நோய், தலைமுளை, பகந்தரம், இடுவிஷம், பூத ப்ரேதாதிபாதை இவைகளில் மிகச் சிறந்தது. மேதை பசி ஜீர்ண சக்தி அழகு தாதுபுஷ்டி இவைகளை அதிகமாக்கும்.

இதில் பத்யம்: தயிர், காடி, கொள்ளு, நல்லெண்ணெய் ஸ்னானம், பசும்பால், நெருப்படியில் இருப்பது. பகல் தூக்கம் இவை கட்டாயம் கூடாது.

பஞ்சஸார ரஸானம்: இலுப்பை வைரம், இரிமுள் (சிறுவாகை) மர வைரம், சந்தனம், செஞ்சந்தனம், கருங்காலி வைரம், இவைகளின் கஷாயம்; கஷாயத்தில் நாலில் ஒரு பங்கு சர்க்கரை; இவைகளைப் பாகாகவும் அதில், திரிபலை, அதிமதுரம், பரங்கிப் பட்டை இவைகளைத் தூள்செய்து சர்க்கரையில் அரைப்பங்கு சேர்த்துக் கிளறி ஆறியபின் சர்க்கரைக்கு சமம் தேன் சேர்த்து வைத்துக்கொள்ளவும்.

இது நல்ல ரஸாயனம் விஸர்ப்பம், குஷ்டம், துஷ்ட விரணம் இவைகளுக்கு நல்லது.

ஸாரிவாதிகுளம்: நன்னாரி வேர், வேப்பட்டை, கருநொச்சி வேர், அவுரி வேர், கோரைக்கிழங்கு இவைகளின் கஷாயம் 3 லிட்டர் பழைய வெல்லம் 650 கிராம் இதைப் பாகாக்கி, அதில் திரிபலை,

அதிமதுரம், ஜீரகம், கருஞ்சீரகம், சோம்பு, மாசிக்காய் தும்மட்டி வேர், கொன்னைப்பட்டை, பிரம்மி இவைகளின் சூர்ணம் வகைக்கு 10 கிராம் கலந்து இறக்கிக்கொள்ளவும். ஆறியபின் தேன் சேர்த்துத் தினம் காலையில் சாப்பிட்டுவர எல்லா விஸர்பங்களும் தணியும்.

விசாலாதி குளம்: தும்மட்டிவேர், ஏகநாயகத்தின்வேர் பட்டை. கடுக்காய், சீந்திற்கொடி, இவைகளின் கஷாயத்தில் கால்பங்கு பழைய வெல்லம் கலக்கி, பாகாக்கி, வாய்விளங்கம், கோரைக்கிழங்கு, மாசிக்காய், ஜீரகம், கருஞ்சீரகம் இவைகளின் சூர்ணத்தை வெல்லத்திற்கு நாலில் ஒருபங்கு கலந்து இறக்கி ஆறியபின் தேன் சேர்த்து காலையில் சாப்பிட்டுவர விஸர்பம். குஷ்டம், மண்டைக்கரப்பான், துஷ்ட விரணங்கள் எல்லாம் நசிக்கும்

சூர்ணங்கள்

சம்யாகவல்காதி சூர்ணம்: கொன்னைப்பட்டை, தும்பைப்பூ, பேய்ப்புடல், கார்போகரிசி இவை வகைக்கு ஸம எடை, எல்லா வற்றிற்கும் சமம் விருச்சிப்பூ. இவைகளை கல்யாண முருக்கிலைச் சாற்றில் ஏழு நாளரைத்து நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் கொள்ள வும். இது மிகவும் கடுமையான கரப்பானையும் குறைக்கும்.

சந்திர ரேகாதி சூர்ணம்: கார்போகரிசி, வாய்விளங்கம், ஏலரிசி, மல்லி விதை, வெட்பாலையரிசி வாலுளுவையரிசி இவை ஒரு பங்கு திரிபலை. 6 பங்கு பரங்கிச் சக்கை 12 பங்கு, விருச்சிப்பூ 12 பங்கு இவைகளை தேக்கின் துளிர் சாறுவிட்டு மூன்று நாள் ரைத்துக் காயவைத்து ஸம அளவு சர்க்கரை சேர்த்து தேனில் குழைத்துச் சாப்பிட எல்லா விஸர்பங்களும் தணியும்.

ஏலோபகுஞ்சிகாதி பொடி: ஏலரிசி கருஞ்சீரகம், கோரைக் கிழங்கு. வாய்விளங்கம், பரங்கிச்சக்கை இவை வகைக்கு ஒரு பங்கு, சீந்திற்கொடித் தூள் அல்லது சத்வம் 5 பங்கு இவைகளை தேக்கின் துளிர் விருச்சிப்பூ, பிரப்பம் குருத்து இவைகளின் சாற்றில் அரைத்து நிழலிலுலர்த்தித் தூள் செய்து ஸம அளவு சர்க்கரை சேர்த்துத் தேன் விட்டுக் குழப்பி சாப்பிட 15 நாட்களில் எல்லாவித கரப்பான்களையும் போக்கும்

அபயாதி சூர்ணம்: கடுக்காய், மாசிக்காய், கொத்துமல்லி விதை, வாய்விளங்கம், நெல்லிமுள்ளி, கோரைக்கிழக்கு, வாலுளுவை, இவை வகைக்கு ஒருபங்கு பரங்கிச்சக்கை 7 பங்கு, இவைகளைத் தூள் செய்து ஸோமவல்லி, மஞ்சள் இவைகளின் சாற்றிலும் கருங்காலி வைர கஷாயத்திலும் அரைத்துக் காய வைத்துத் தூள் செய்து தேனும் சர்க்கரையும் கூட்டிக் கொடுத்து மேல் கருங்காலி வைர கஷாயத்தையும் கொடுக்க நல்லது

முக்கடிகள்: விருச்சிப்பூ, புளியாரை இலை, மாசிக்காய், கோரைக்கிழங்கு, கொத்துமல்லிவிதை இவைகளை மோரில் வேக

வைத்தரைத்துக் கலக்கிக் கொதிக்க வைத்து எடுத்துச் சாப்பிட எல்லா விஸர்பங்களும் நீங்கும்.

அம்ல வேதஸப்புளி (நெரிஞ்சாம்புளிக்கிழங்கு), புளியாரை இலை, விருச்சிப்பூ, கொத்துமல்லிவிதை, மாதுளை ஓடு, வெட்பாலை யரிசி, கோரைக்கிழங்கு இவைகளைக் கொண்டு முக்கடி தயாரித்து சாப்பிட நல்லது

மூக்கரட்டை வேர் கஞ்ஞிக்கொட்டத்தின் துளிர் இவை களைக்கொண்டு முக்கடி தயாரித்து உபயோகிக்கலாம் அதில் மாசிக்காய்தூள் சேர்த்துச் சாப்பிடவேண்டும்.

சீந்திற்கொடி, கோரைக்கிழங்கு, புத்தரிச்சுண்டைவேர் மேல் பட்டை, தென்னம்பூ, பப்பாளி இலை, நன்னாரிக்கிழங்கு, கச்சோரக் கிழங்கு, விருச்சிப்பூ புளியாரை இலை, ஜீரகம், கருஞ்ஜீரகம், பெருஞ்ஜீரகம், நாயுருவி மாசிக்காய் கார்போகரிசி, வாலுளுவை வாய்விளங்கம், ஏலரிசி, அம்லவேதஸம், மாதுளை ஓடு, திப்பிலி, ஜாதிக்காய், மருதிலை இவைகளால் தயாரித்த முக்கடி இந்துப்பு சேர்த்துச் சாப்பிட மிகவும் நல்லது,

புடபாக கஷாயங்கள்: தேக்கின் துளிர், அருகம்புல், வரள் மஞ்சள், மரமஞ்சள் தோல், விருச்சிமொட்டு, கடுக்காய், வாய் விளங்கம், மாசிக்காய் ஜாதிக்காய், திப்பிலி, ஆனைத்திப்பிலி, கல்யாணமுருங்கைத் துளிர் இவைகளைத் தேங்காயினுள் இளநீர் வெளியாகாமல் செலுத்தி மூடி சாணமும் புற்று மண்ணும் சேர்த்து சீலைமண் செய்து தணல் நடுவே வைத்து அரை யாமம் எரிக்க வேண்டும். பிறகு அதை எடுத்து உள்ளிருக்கும் இளநீருடன் கலந்த சரக்குகளை வெளியே எடுத்துக் கசக்கி வடிகட்டித் தேன் சேர்த்துச் சாப்பிட விஸர்பம் போகும்.

வாய்விளங்கம், வெட்பாலையரிசி, ஏலரிசி, கார்போகரிசி, கொத்துமல்லி விதை, பர்படகம், வாலுளுவையரிசி, அருகம்புல், தேக்கின் துளிர், கல்யாணமுருங்கைத்துளிர், ஜீரகம், கருஞ்ஜீரகம் பெருஞ்ஜீரகம், விருச்சிப்பூ, கோரைக்கிழங்கு, கடுக்காய், பேய்த் தும்மட்டி வேர், நன்னாரிக்கிழங்கு, மலைநன்னாரி, மாசிக்காய் இவைகளை முன்போல் தேஙகாயினுள் செலுத்தி அவித்து எடுத்துப் பிழிந்த சாற்றைத் தேனும் மாசிக்காய்த்தூளும் சேர்த்துச் சாப்பிட நல்லது.

வாய்விளங்கம், நெல்லிக்காய், மூக்கரட்டைவேர், முள்ளிலவ வேர், வரள்மஞ்சள், மரமஞ்சள்தோல், நால்பாமரப்பட்டை, கஞ்ஞிக்கொட்டத்தின் வேர் பட்டை, தேக்கம் பட்டை, கடம்பம் பட்டை, ஓமவேர், கருஞ்சீரகம், ஜீரகம், பெருஞ்சீரகம், தேவதாரு, கிராம்பு, சந்தனம், அதிமதுரம, திராக்ஷை கருங்காலிவைரம், கல்பாசி, இலுப்பைவைரம், விலாமிச்சைவேர்—இவைகளை முன் போலத் தேங்காயினுள்ளிட்டு வேகவைத்துப் பிழிந்து சாப்பிட நல்லது.

—::—

அங்கத்தினர்கள் அறிமுக இதழ்

சென்ற இதழில் தெரிவித்தபடி அங்கத்தினர்களில் விண்ணப்ப நமுனுவைப் பூர்த்தி செய்து அனுப்பியுள்ள அன்பர்களுக்கு இம்மாதப் பத்திரிகை கிடைப்பதற்குள் அங்கத்தினர்கள் அறிமுக இதழ் கிடைத்திருக்கும். இதுவரை பெருதவர்கள் ஜூன் முப்பது தேதிக்குள் தங்கள் தங்கள் சந்தாவையும் அறிமுக இதழுக்கான விசேஷக் கட்டணம் ரூபாய் இரண்டையும் சேர்த்து அனுப்பக்கோருகிரோம். இவ்வாண்டுச் சந்தாவை முன்னமே அனுப்பியவர்கள் கூடத் தனித்து இந்த விசேஷக் கட்டணத்தை அனுப்பிப்பெறலாம்.

நியூ லக்ஷ்மீ டிஸ்பென்ஸரி

(நியூ பிருந்தாவனம் சமீபம்)

கீழ ராஜ வீதி, புதுக்கோட்டை.

குழந்தைகளுக்கும் பெரியவர்களுக்கும்
சிறந்த முறையில் வைத்யம்
செய்யப்படும்.

வைத்யர்
N. வைத்யநாதன், R. M. P.

கஸ்தூரி, குங்குமப்பூ, மற்றும் இதர
உயர்ந்த மருந்து சரக்குகளுக்கு
நம்பிக்கையான இடம்

BHALLA BROTHERS (Regd.)

LUDHIANA (India)

IN THE SERVICE OF AYURVEDA SINCE 1934

SUPPLYING PURE ARTICLES.

ஆங்கிலம் அல்லது ஹிந்தியில் எழுதவும்

மூலிகை நாட்டு மருந்துச் சரக்குகள்
சாஸ்திரீயமான ஆயுர்வேத மருந்துகள்
இவைகளுக்கு நம்பிக்கையான இடம்

K. L. TALWAR & BROS.,

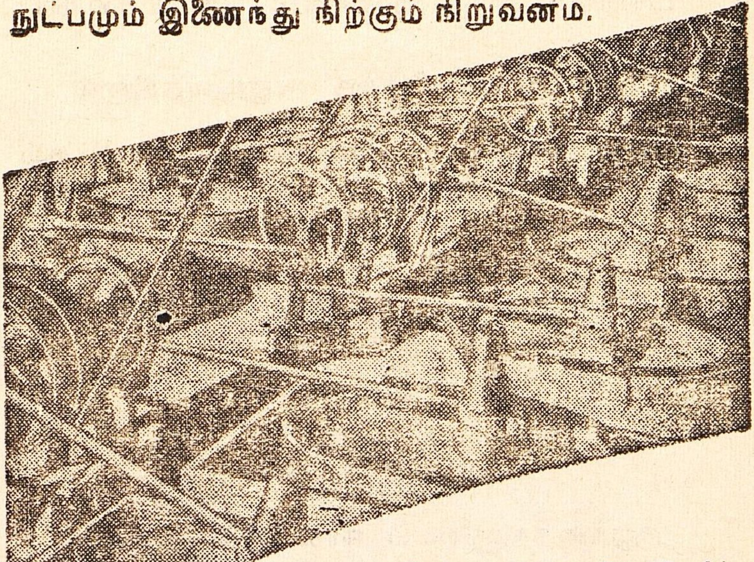
MUSK MERCHANTS,

P. B. No. 17, LUDHIANA.

விலைப் பட்டியல் கேட்லாக்களுக்கு எழுதவும்.

இம்ப்காப்ஸ்

புராதன பாரம்பரியத்துடன் நவீன தொழில் நுட்பமும் இணைந்து நிற்கும் நிறுவனம்.



இம்ப்காப்ஸ் இந்திய மருத்துவர்களின் இணையில்லாத ஒரு கூட்டுறவு நிறுவனம். புராதன நூலகளில் கூறியுள்ள முறைகள், தரங்களை கண்டிப்பான முறையில் பின்பற்றி ஆயுர்வேத, சித்த, யூனானி மருந்துகளை அது தயாரித்து வருகிறது. மருந்துகளை தயாரிக்கும் ஒவ்வொரு கட்டத்திலும் அதிக கடுமையான முறையில் தரப் பரிசோதனை செய்யப்படுகிறது. புராதன மருந்துகளை தயாரிப்பதில் நவீன பாககிய முறைகளையும் இயந்திரங்களையும் இம்ப்காப்ஸ் பயன்படுத்தி வருகிறது. சுதேச மூலிகைள் பற்றிய இடைவிடாத ஆராய்ச்சியில் ஈடுபட்டுள்ள இம்ப்காபஸ புராதன இந்திய மருந்துகள் சம்பந்தமாக ஒரு மறுமலர்ச்சியை உண்டாக்கப் பாடுபடுகிறது.

உண்மையான ஆயுர்வேத, சித்த, யுனானி மருந்துகளுக்கு பெயர் பெற்ற நிறுவனம்

இம்ப்காப்ஸ் மருந்துகள் எல்லா முககிய மருந்து கடைகளிலும் கிடைக்கும்

Impcops

இந்தியன் மெடிகல் பிராக்டிஷனர்ஸ் கோவாப்ரேடிவ் பார்மஸி அண்ட் ஸ்டோர்ஸ் லிட்.

அடையார், சென்னை 20.

விற்பனை நிலையங்கள்: 4/86, மவுண்ட் ரோடு, சென்னை-2. போன்: 8652

48, ஜோத் மாஸி தெரு, மதுரை. போன்: 30875

16, வெஸ்ட்காட் ரோடு, ராயப்பேட்டை, சென்னை-14.

IMP/86/JM TAM

வைத்ய வாசஸ்பதி

பண்டிட் P. S. ராமசர்மா அவர்களின்

நீண்டகால பரீக்ஷை அனுபவத்தினுல்

கண்டுபிடிக்கப்பட்ட கைகண்ட பலனளிக்கும்

"சக்தி சஞ்ஜீவி"

(REGD)

குழந்தைகளுடைய ஈரல் குலைகட்டிகளை

எந்நிலையிலும், போக்குவதிலும்,

வராமல் தடுப்பதிலும் நிகரற்ற ஔஷதம்

எங்கும் கிடைக்கும்.

★

தயாரிப்பவர் :

சக்தி விலாஸ வைத்தியசாலா

கரூர் (S. Ry.)

Edited and published by Dr. T. S. Iswaran, L.I.M., on behalf of the Tamilnad Ayurveda Mahamandalam at 27, Chinnakadai Street, Tiruchirapalli-2
Printed at Githa Press, Tiruchirapalli-2.